# 初一军训心得体会550字范文

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2025-06-17

*接受军训是每一名初一新生必须参加的一项集体教育活动，也是新生入学的必备条件之一。下面是小编搜集整理的初一军训心得体会550字，欢迎阅读，希望能够为大家提供帮助。初一军训心得体会550字篇1军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同...*

接受军训是每一名初一新生必须参加的一项集体教育活动，也是新生入学的必备条件之一。下面是小编搜集整理的初一军训心得体会550字，欢迎阅读，希望能够为大家提供帮助。

**初一军训心得体会550字篇1**

军训中，我们有一个共同的名字叫做年轻，我们有一个共同的希望叫做真诚。年轻是风，年轻是雨，我们是风雨无阻，风雨兼程;年轻是雷，年轻是电，年轻是永不言败，永远向前。年轻的心，年轻的人，在军训中打造年轻的梦想;年轻的你，年轻的我，在军训中筑造年轻的形象。

军训中，我们有一个同样的名字叫团结，我们有一个共同的财富叫做力量。站是一股洪流，坐是一掌脉青松。团结的力量就是因为同一个理念而聚在一起，共同合作，共同协助，共同扶持，共经风雨，共睹彩虹。在军训中，团结的集体打造着同一个舞台上的梦;团结的你们，团结的我们，在军训中合作出美好的梦。

年轻的人因为军训走到一起，组成一个团结的集体。军训将教会我们精诚合作，通力配合。每一个姿势，每一套动作，只有大家协调一致，才能整齐划一。任何脱离群体或不能合作等不和谐音符都将影响集体的荣誉和大家的利益。因此，在集体中充分发挥自我，同时自我又服从于集体，是每一个年轻人的必修课。在军训生活中，怀有年轻的心情，依靠集体的力量，我们就有能力做好一切;我们可以精骛八极，心游万仞;我们可以指点江山，激扬文字;我们可以击楫中流，与时俱进。我们会记住军训中的苦乐酸甜，使记忆留存美好，我们将记住彼此的深情关照，让前程携带信心。军训刚刚开始，我们会鼓起勇气和信心，在军训生活中勃发生命的本色，奔放青春的激情。

年轻的心情，集体的力量。秦皇汉武，唐宗宋祖，文武风骚风流人物，尽在今朝。

**初一军训心得体会550字篇2**

来到布满阳光的操场上，我们的教官先帮我们把队伍整理好，然后叫我们站军姿、稍息和转向等，我一开始想，呵呵，果然是初中军训，一点难度也没有!可是我错了，原来站军姿是不容易的。要做到挺胸收腹头抬高才行，可做到这一点就已经很累了，而且还要坚持一段时间，脚都麻了，如果做不好还要罚蹲，别小看这个蹲，要是姿势正确的话蹲久了脚就会痛得要命。无耐我还是被罚了，过程中我咬紧牙关一直忍耐着脚的疼痛。

经过这次的军训，我感受到军人是有多么辛苦啊!为了做好一个标准的动作是多么严格要求自己，可知道在军队里的训练比我们还大一百倍甚至一万倍，军人到底有多辛苦哇!看看小区上的保安在烈日当空之下，他笔直有力的站在小区的门口，他的汗水浸湿了衣服，可他一点怨言也没有，一样笔直的站在那里，而他们这是为了树立国防观念、保国为家、让我们有良好、安全的生活环境。

经过这几天个军训，让我自己也懂得了人要有吃苦耐劳的精神，而且通过军训能磨练人的意志还有团队精神跟纪律的严格性，让我体会到这是我们班上要学习的，能提高与同学之间的团队精神，努力为班级争光荣。

相信在今后的日子里，我不会再畏惧一切困难，一定会披荆斩棘，所向披靡!

**初一军训心得体会550字篇3**

一星期的军训已经过去了。

掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪。这应该是军训的意义，在初中的的第一节课是军训。经过一星期的军训，我的感触很深，下面我用文字来表达一下我的心德与感想。

军训第一天，我们来到操场上，看到了我们的教官，他个子高高的，在炎炎烈日下站的笔直，眼睛炯炯有神，穿着一身军服，显得格外帅气。之后，我们发现了他许多优点，他一丝不苟，但又很幽默风趣，和蔼可亲，好像我们的大哥哥。他教了我们稍息立正、跨立立正、四项转体等基本动作，我们学的都很认真。休息时，他让我们席地而坐，与我们聊天，让我们自我介绍，表演节目，让我们很自由，但是休息结束时，他会立马变得严肃起来，不苟言笑。

在炎炎烈日下，我们个个晒得满头大汗，但我们还会坚持，继续努力，因为心中永远有个意念在鼓舞着，在激励着我们，那就是：坚持坚持，在坚持!!努力努力在努力!!只有这样，我们才不会放弃，永远坚持着!

军训最后一天，教官来我们教室告别，我们知道，这象征着我们再也见不到教官了，所以，我们会珍惜与教官在一起的每一分每一秒。教官来教室时，看到了我们在黑板上写的几个大字：教官辛苦了，谢谢教官，我们永远爱你!教官看见了，十分感动。之后，我们与教官照了相，教官也留下了对我们的期盼与祝福。教官走出教室时，我发现他的眼角湿润了。

军训结束了，教官走了，但他们给我的记忆是相当深刻的：难忘与教官在炎炎烈日下艰苦训练;难忘与教官欢快自由的嬉戏玩耍;难忘教官，难忘军训。

**初一军训心得体会550字篇4**

为期4天的累人军训终于结束了，我回到了家中异常的高兴，我终于不用受那“非人”的痛苦了!

21号那天，我们在操场集合，分配好教官，就让教官带我们训练。因为那天在下雨便在教学楼里训练。教官是一个30岁的人很严肃但也有几分和蔼。先教我们站军姿，给我们讲军人的纪律和标准，我们刚开始站军姿的时间不长有时5分钟有时10分钟，慢慢锻炼我们现在我们能站半小时以及40多分钟!

下午，雨下小了，我们便去操场训练。刚开始让我们练左右后转发，齐步走，向左，右看齐。在太阳的暴晒下，和大雨的洗礼下我们已能高标准的完成这些动作了，后来教官就教我们健步走，跑步走，和军旅拳，我们个个练得都非常认真，也非常到位，24号学校有组织我们整个年级22个班进行比赛，看看个班成绩如何，我们的成绩不错，但没拿到名次。班主任也很高兴，教官也很欣慰。

24号下午，我们与和我们朝夕相处4天的教官分开了，同学们都很舍不得他，他为了训练我们，把嗓子都喊哑了，吃着含片，忍着疼痛训练我们。同学有的要了教官手机号码，有的和教官一起合影，有的放声大哭……来表达对教官的依依不舍!

通过这次训练我懂得了“坚持就是胜利”“没有苦哪来甜”……人生哲理!这些哲理每个人都知道，在训练前我也知道，但这次训练使我懂得了这些哲理的真正含义!

**初一军训心得体会550字篇5**

我们已经结束了为期7天的军训生活，我个人感觉我们大家总体做得都不错，能吃苦耐劳，严格遵守纪律，并且我们连没有一个人退训。但违反纪律的事却常有发生，虽教官严加惩罚，但毕竟做事还要靠自觉。连中的某些人没有集体荣誉感，给集体抹黑，这一点还有待加强。遵守纪律的同学应该给予高度表扬!对不顾集体荣誉的同学应该批评!

在这短短的一周里，我学会了很多事，懂得了很多道理，长大了很多，我相信同学们也和我一样。

对我感受最深的是，坚持!纪律!我意识到一个国家一个民族一个军队一个团体，如果没有纪律没有坚持的话，就不会兴旺起来。纪律与坚持是一个民族发达的基石。

我以前做事总是想一气呵成，往往事与愿违。通过这次军训我明白了，要做成一件事需要有足够的耐心、强大的毅力和坚定的决心，要不怕失败，一直挺下去，不到最后关头绝不放弃。

另外，我懂得了团结就是力量。有些事只靠一个人的力量不够，人心齐，泰山移!比如我们唱军歌，要齐声唱才会响亮。团队之间要相互包容，互相体谅，不搞小摩擦。伙伴们犯了错误，要及时加以纠正，不能包庇，要知道包庇他就等于害了他，即使他当时不听从，也得苦口婆心地劝，不能放任。

我们要努力学习，锻炼体魄。要怀着一腔热血，立志为中国，为中华民族，为全世界做贡献!

**初一军训心得体会550字篇6**

军训是给我们上最重要的一课，学习赋予我们知识，但是军训锻炼我们的精神，锻炼我们的毅力，锻炼我们的耐心。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

是的，军训是很辛苦的，回想一下，苦在脚上磨出的泡，苦在为正步踢麻的腿，苦在站军姿时累酸的腰间，军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但我坚持了下来，军训是一个过程，一个考验自我，磨练自我的过程，半途而废是耻辱。大家都咬紧牙关，不到万不得已绝不停止训练，有多少人是在暴日下站着倒下去的，又有多少人是在教官的劝说下才去旁边休息的，要知道军训本来就是磨练我们的意志，锻炼我们的身体，那么，为什么要放弃呢?想到这，我都会咬咬牙，挺过去。也许坚毅在累酸的腰间堆集，最后将坚实、挺拔与不屈。或许这些不是苦，而是一种收获，一种让我受益终生的收获，我收获的是耐力是坚毅是勇敢，是不屈，更是团队精神。无论今后我做什么，想到今天的苦与收获，一切艰难险阻都变得无所谓了。

我想这也就达到了军训的目的了吧。

style=\"color:#FF0000\">初一军训心得体会550字

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找